

## Peningkatan Pengetahuan Keluarga tentang Anemia dan Status Gizi pada Remaja melalui Aplikasi Artemia untuk Pencegahan *Stunting*

### *Increasing Family Knowledge about Anemia and Nutritional Status in Adolescents through the Artemia Application for Stunting Prevention*

Ratna Dewi\*, Eliana, Desi Widiyanti, Nispi Yulyana, Rialike Burhan, Jumiyyati

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu  
Jalan Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu Provinsi Bengkulu Indonesia

\*Email: ratnakoswira18@gmail.com

(Diterima 02-01-2025; Disetujui 04-03-2025)

#### ABSTRAK

Pencegahan *stunting* dilakukan sejak masa remaja dengan mempersiapkan status gizi sehat. Remaja putri yang sehat, akan menjadi calon ibu yang sehat, dan siap secara fisik dan mental untuk hamil dan memiliki anak. Persentase remaja pernah dan sedang hamil tergolong tinggi. Jika ibu hamil yang berusia remaja mengalami anemia, perlu mendapat perhatian dan persiapan status kesehatan pada remaja untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan status gizi yang kurang. Upaya untuk mengatasi hal ini dengan skrining status gizi, pemeriksaan rutin kadar hemoglobin, memberikan tablet tambah darah dan edukasi gizi kepada remaja putri. Agar keberlanjutan program dapat terlaksana, maka perlu keterlibatan multi pihak, sehingga diperlukan kegiatan Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Keluarga (Ibu) Tentang Anemia Dan Status Gizi Pada Remaja Puteri Melalui Aplikasi Artemia Sebagai Upaya Pencegahan Terjadinya *Stunting*. Metode pengabdian masyarakat melalui pembinaan wilayah dengan kegiatan meliputi identifikasi potensi mitra, keterlibatan *stakeholder*, tahap persiapan, implementasi, dan evaluasi serta tindak lanjut di Desa Sidoluhur dan Cahaya Negeri. Hasil kegiatan ini menghasilkan kader yang berkomitmen untuk meningkatkan pengetahuan ibu yang mempunyai remaja putri yang didukung dari semua pihak yakni Camat Kecamatan Sukaraja, Kepala Puskesmas, Kepala desa, Bidan koordinator, Bidan Desa. Hasil akhir diperoleh adanya peningkatan pengetahuan kader dan ibu tentang anemia dan status gizi bagi remaja putri untuk pencegahan *stunting*, serta terbentuknya kelompok ibu peduli gizi remaja di Desa Sidoluhur dan Cahaya Negeri. Diharapkan kader melakukan pendampingan kepada keluarga atau ibu yang mempunyai remaja putri untuk mencegah terjadinya anemia saat remaja dan meningkatkan status gizi sebagai persiapan untuk pencegahan *stunting* pada masa kehamilan.

Kata kunci: Kader, Keluarga, Anemia, Gizi, *Stunting*

#### ABSTRACT

*Stunting prevention is carried out from adolescence by preparing for a healthy nutritional status. Healthy young women will become healthy prospective mothers, and are physically and mentally ready to become pregnant and have children. The percentage of teenagers who have been or are currently pregnant is relatively high. If pregnant women who are teenagers experience anemia, attention and preparation for the health status of teenagers is necessary to prevent pregnancies with poor nutritional status. Efforts to overcome this include screening nutritional status, routinely checking hemoglobin levels, providing blood supplement tablets and providing nutritional education to young women. In order for the program to be sustainable, multi-party involvement is needed, so Cadre Empowerment activities are needed in an effort to increase family (mother) knowledge about anemia and nutritional status in young women through the Artemia application as an effort to prevent stunting. The community service method is through regional development with activities including identification of potential partners, involvement of stakeholders, preparation, implementation and evaluation stages as well as follow-up in Sidoluhur and Cahaya Negeri Villages. The results of this activity produced cadres who were committed to increasing the knowledge of mothers who have teenage daughters who were supported by all parties, namely the Sukaraja District Head, Head of Community Health Center, Village Head, Coordinating Midwife, Village Midwife. The final result was an increase in the knowledge of cadres and mothers about anemia and nutritional status for adolescent girls to prevent stunting, as well as the formation of groups of mothers concerned about adolescent nutrition in Sidoluhur and Cahaya Negeri villages. It is hoped that cadres will provide assistance to families or mothers who have teenage daughters to prevent anemia during adolescence and improve nutritional status in preparation for preventing stunting during pregnancy.*

Keywords: Cadre, Family, Anemia, Nutrition, *Stunting*

## PENDAHULUAN

*Stunting* merupakan masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Anak yang menderita *stunting* akan lebih rentan terhadap penyakit dan ketika dewasa berisiko untuk mengidap penyakit degeneratif. Dampak *stunting* tidak hanya pada segi kesehatan tetapi juga mempengaruhi tingkat kecerdasan anak (Kementerian Kesehatan, 2018). Masalah *stunting* adalah permasalahan gizi yang dihadapi dunia, khususnya di negara-negara miskin dan berkembang. *Stunting* menjadi permasalahan kesehatan karena berhubungan dengan risiko terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal, sehingga perkembangan motorik terlambat dan terhambatnya pertumbuhan mental. Pencegahan *stunting* dapat dilakukan sejak dini yakni sejak masa pra nikah ataupun masa remaja dengan mempersiapkan status gizi pada remaja putri.

Remaja putri yang sehat, akan menjadi calon ibu yang sehat pula, dan siap secara fisik dan mental untuk hamil dan memiliki anak. Data Riset Kesehatan Dasar/Riskesdas (2018) menunjukkan terdapat ibu hamil dengan kekurangan energi protein sebesar 36,80 %, dengan patokan menggunakan ukuran Lingkar Lengan Atas (LiLa) 23,5 cm. Remaja yang kekurangan energi dapat menderita *silent hunger* yaitu defisiensi mikronutrient, seperti zat besi, vitamin B12 atau bahkan asam folat sebagai zat gizi yang ikut membentuk sel darah merah dan hemoglobin. Sampai dengan saat ini, angka penderita anemia di Indonesia terbilang cukup tinggi terutama di kalangan remaja putri.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) Badan Litbangkes Kemenkes RI tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 32%. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tiga sampai empat dari sepuluh remaja putri di Indonesia menderita anemia. Salah satu penyebab terjadinya anemia adalah malnutrisi, baik karena defisiensi besi maupun karena kecacingan, khususnya di daerah dengan sanitasi rendah dan akses terhadap air bersih yang terbatas. Jika dibiarkan, anemia berisiko memengaruhi kesehatan remaja, misalnya gangguan pada kesehatan jantung, paru, kehamilan, tumbuh kembang, dan kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini dapat menghambat perkembangan mereka untuk produktif, kreatif, dan berdaya saing di masa depan.

Fertilisasi remaja menjadi isu yang menjadi perhatian baik di tingkat nasional maupun internasional. Pemerintah masih melihat kehamilan dan melahirkan pada usia remaja sebagai suatu permasalahan yang harus diatasi. Melahirkan pada usia remaja dapat mengarah pada rendahnya tingkat pendidikan. Pada tingkat internasional, kehamilan remaja juga menjadi permasalahan yang pelik, baik di negara berkembang maupun di negara-negara maju. Penduduk usia remaja (10-19) pada tahun 2016 mencapai 1.2 miliar dan diproyeksikan akan terus meningkat. Secara global sekitar 16 juta wanita berusia 15-19 tahun melahirkan setiap tahunnya (UNFPA, 2016) dan meningkat menjadi 19 juta per tahun nya di tahun 2035. Proporsi perempuan usia 10-19 tahun pernah hamil 58,8 persen dan 25,2 persen sedang hamil di Indonesia sesuai dengan Riskesdas 2018. Oleh karena itu, tren kehamilan remaja membuat Indonesia berada di peringkat kedua perkawinan anak tertinggi di ASEAN.

Kelahiran kelompok wanita umur tertentu atau *Age Specific Fertility Rate* (ASFR) 15 hingga 19 tahun, di Provinsi Bengkulu mengalami peningkatan yang mencapai 50,9 /1000 kelahiran hidup (KH). Angka Fertilitas menurut umur ASFR adalah banyaknya kelahiran selama setahun per 1000 wanita pada kelompok umur tertentu. BKKBN pada 2020 merilis angka kelahiran wanita kelompok umur 15-19 tahun sebesar 50,9 /1000 kh. Angka tersebut meningkat dari sebelumnya yang hanya 49/1000 kh (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2017).

Kehamilan pada usia remaja ini sejalan dengan kasus pernikahan anak di bawah umur atau pernikahan dini telah mengalami peningkatan sejak tahun 2020 yang lalu. Tahun 2020 terdapat sebanyak 77 kasus, tahun 2021 sebanyak 125 kasus, hingga di tahun 2022 168 kasus. Hal ini menunjukkan bahwa persentase remaja yang pernah dan sedang hamil tergolong tinggi. Jika ibu hamil yang berusia remaja mengalami anemia, maka risiko komplikasi dan *intra uterine growth retardation* (IUGR) akan menjadi tinggi. Sebaliknya, ibu remaja yang hamil berisiko tinggi untuk menderita anemia, karena kebutuhan tubuhnya terhadap zat gizi untuk bertumbuh dan janin masih tinggi, sehingga ada kompetisi gizi dalam diri ibu remaja ini.

Kondisi ini perlu mendapat perhatian dan persiapan status kesehatan pada remaja putri untuk mencegah terjadinya kehamilan dengan status gizi yang kurang. Upaya intensif dan langkah konkret diperlukan untuk mengatasi hal ini antara lain melakukan skrining status gizi remaja putri, pemeriksaan rutin kadar hemoglobin remaja putri, memberikan tablet tambah darah, dan memberikan edukasi gizi kepada remaja putri. Agar keberlanjutan program dapat terlaksana, maka perlu keterlibatan multi pihak, sehingga semakin banyak remaja putri yang terlayani secara konsisten dan

diharapkan dapat mengubah sikap dan perilaku masyarakat, terutama remaja putri untuk memperhatikan status gizi dan kesehatannya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka diperlukan kegiatan Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Keluarga (Ibu) Tentang Anemia dan Status Gizi pada Remaja Putri Melalui Aplikasi Artemia Sebagai Upaya Pencegahan Terjadinya *Stunting* di Wilayah Kecamatan Sukaraja Tahun 2024.

### **BAHAN DAN METODE**

Metode pada kegiatan masyarakat ini adalah pelatihan bidan dengan tim pengabdian kepada masyarakat sebagai fasilitator. Kegiatan ini dilaksanakan 3 tahap yaitu:

a. Tahap persiapan

Tahap persiapan ini dilakukan dengan identifikasi besar masalah dan analisis situasi serta kebutuhan masyarakat. Kegiatan pada tahap persiapan meliputi penyusunan proposal, survey lokasi, rekrutmen peserta pelatihan dan narasumber, penyusunan modul pelatihan, dan penyusunan TOR pelatihan.

b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan ini merupakan tahapan kegiatan inti yakni berupa sosialisasi, pembentukan kelompok keluarga peduli gizi remaja putri, pelatihan kader, pendampingan kader.

c. Tahap Evaluasi

Tahap ini meliputi dua hal yakni observasi dan refleksi.

1) Kegiatan observasi proses pelaksanaan kegiatan.

Melakukan identifikasi kemajuan yang telah dicapai dan kesulitan yang dihadapi pada saat pelaksanaan kegiatan PkM.

2) Evaluasi hasil kegiatan pengabdian masyarakat.

3) *Pre test* dan *post test* pada kader dan keluarga (ibu) remaja putri.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberdayaan kader dalam upaya peningkatan pengetahuan keluarga (ibu) tentang anemia dan status gizi pada remaja putri melalui aplikasi bidanku sebagai upaya pencegahan terjadinya *stunting* di wilayah Kecamatan Sukaraja adalah sebagai berikut:

1. Komitmen bersama

Kegiatan komitmen bersama dilaksanakan di Balai Desa Sukaraja dan Cahaya Negeri. Kegiatan ini dihadiri oleh bapak camat Sukaraja, Kepala Puskesmas, Bidan Koordinator, Bidan Desa, Kepala desa Sidoluhur dan Cahaya Negeri, kader, dan ibu hamil Serta tim pelaksana (dosen dan mahasiswa). Hasil kegiatan ini diperoleh semua pihak memberikan dukungan dan komitmen terhadap keberhasilan kegiatan ini.

2. Rekrutmen

Kegiatan rekrutmen dilaksanakan bersama tim pelaksana dengan bidan Desa diperoleh 10 kader Desa Sidoluhur dan 10 kader Desa Cahaya Negeri, serta keluarga (ibu) yang memiliki remaja sebanyak 20 ibu Desa Sidoluhur dan 20 ibu Desa Cahaya Negeri Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma yang dilaksanakan pada tanggal 19 Oktober 2024.

Komitmen adalah salah satu kualitas terpenting dan tak terbantahkan yang harus dimiliki seorang pemimpin sejati. Kunci sukses hubungan adalah komitmen. Bukan sekedar hubungan romantis, namun komitmen diperlukan dalam persahabatan, keluarga, organisasi, bahkan pekerjaan. Secara umum komitmen adalah suatu keadaan dimana seseorang mengembangkan rasa cinta terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Komitmen juga dapat dilakukan melalui kontrak (Fajri, 2022) Oleh karena itu, komitmen ini sangat penting untuk mencapai tujuan pengabdian masyarakat ini.

### 3. Pembentukan Kelompok Ibu Peduli Gizi Remaja

Pembentukan kelompok ibu peduli gizi remaja dilaksanakan pada tanggal 29 Oktober 2024 oleh tim pelaksana, bidan desa, dan kader dengan dihadiri oleh Kepala Desa Sidoluhur dan Cahaya Negeri Dilanjutkan dengan penandatanganan berita acara struktur organisasi kelompok ibu peduli gizi remaja, dan diketahui oleh Kepala Desa Sidoluhur dan Kepala Desa Cahaya Negeri Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma. Dengan terbentuknya kelompok ibu peduli gizi remaja diharapkan dapat memberikan informasi ke keluarga (ibu) yang lain dalam wilayah desa yang sama untuk melakukan pencegahan anemia dan meningkatkan status gizi remaja putri sebagai salah satu intervensi pencegahan *stunting*.



Gambar 1. Pembentukan Kelompok Ibu Peduli Gizi Remaja

### 4. Sosialisasi Aplikasi

Sosialisasi aplikasi diberikan kepada kader Desa Sidoluhur dan Cahaya Negeri Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma. Kegiatan dihadiri pihak puskesmas, bidan desa, dan kader sebanyak 10 orang per desa (total 20 Orang) dengan 2 narasumber yaitu dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu.



Gambar 2. Sosialisasi Anemia, Status Gizi, Bidan-Ku, *Stunting*

Sosialisasi yang diberikan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang anemia dan status gizi pada remaja putri sehingga dapat melakukan pencegahan *stunting*. Hasil *pre test* dan *post test* yang dilakukan pada kader pada dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Kader tentang Anemia dan Status Gizi pada remaja Putri untuk Pencegahan *Stunting*

No	Kader	Pre Test	Post Test
1	Desa Sidoluhur	65	88
2	Desa Cahaya Negeri	60	85

Dari tabel 3 di atas terdapat peningkatan pengetahuan pada kader setelah diberikan sosialisasi anemia dan status gizi pada remaja putri untuk pencegahan *stunting*.

### 5. Pendampingan kader pada ibu memiliki remaja putri

Pada tanggal 09 November 2024 tim pelaksana melakukan pendampingan pada kader dalam memberikan informasi tentang anemia dan status gizi pada remaja putri melalui aplikasi Bidan-Ku untuk pencegahan anemia pada ibu yang memiliki remaja di Desa Sidoluhur dan Desa Cahayan Negeri Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma.



Gambar 3. Pendampingan kader dalam memberikan sosialisasi kepada keluarga (ibu)

Tim pelaksana melakukan *pre test* kepada ibu yang memiliki remaja putri sebelum diberikan informasi oleh kader, selanjutnya pada tanggal 16 November 2024 dilaksanakan *post test*.

**Tabel 4. Tingkat Pengetahuan Keluarga (Ibu) tentang Anemia dan Status Gizi pada remaja Putri untuk Pencegahan *Stunting***

No	Keluarga (Ibu)	Pre Test	Post Test
1	Desa Sidoluhur	58	80
2	Desa Cahaya Negeri	55	80

Dari tabel 4 di atas terdapat peningkatan pengetahuan pada keluarga (ibu) setelah diberikan informasi tentang anemia dan status gizi pada remaja putri untuk pencegahan *stunting* oleh kader. Adanya peningkatan pengetahuan kader sebelum dan setelah diberikan wawasan dan informasi tentang anemia dan status gizi remaja putri. Peningkatan pengetahuan para kader kesehatan ini sangat diharapkan karena pengetahuan diperlukan sebagai dorongan fisik untuk menumbuhkan rasa percaya diri maupun sikap perilaku seseorang. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Efendi dalam Sukmawati et al., 2021).

#### 6. Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan pelaksanaan dalam upaya peningkatan pengetahuan keluarga (ibu) tentang anemia dan status gizi pada remaja puteri melalui aplikasi bidan-ku sebagai upaya pencegahan terjadinya *stunting* telah berlangsung sesuai rencana dengan memperoleh dukungan yang baik dari pihak mitra yakni pihak camat kecamatan Sukaraja, Puskesmas, Kepala Desa dan kader serta ibu yang memiliki remaja putri. Kegiatan ini disambut baik oleh masyarakat sasaran dilihat dengan kehadiran 100% peserta sesuai dengan undangan pada setiap kegiatan. Pada akhir kegiatan semua kader telah berkomitmen akan menyampaikan informasi yang telah diterima kepada ibu yang memiliki remaja untuk pencegahan anemia dan peningkatan status gizi.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meningkatnya pengetahuan kader dan keluarga (ibu) tentang anemia dan status gizi remaja puteri melalui informasi dari aplikasi Bidan-Ku untuk pencegahan *stunting*, dan adanya partisipasi masyarakat baik kader maupun keluarga untuk meningkatkan status kesehatan remaja puteri.

Diharapkan perangkat desa dan puskesmas dapat selalu memberdayakan kader dalam melakukan pendampingan kepada keluarga (ibu) dalam meningkatkan status gizi remaja puteri sebagai langkah awal intervensi pencegahan *stunting*.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima penulis ucapkan kepada Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memberikan dukungan dana, sarana dan prasarana dalam kegiatan ini, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan informasi dan manfaat bagi semua pihak yang terlibat dan semua masyarakat.



#### DAFTAR PUSTAKA

- Bukhari, A., Hamid, F., Minhajat, R., Sutisna, N. S., & Marsella, C. P. (2020). *Non-nutritional and disease-related anemia in Indonesia* : 29(December). <https://doi.org/10.6133/apjcn.202012>
- Fajri, L. D. (2022). *Memahami Komitmen, Pengertian, Tujuan, dan Contohnya*. KATADATA.<https://katadata.co.id/agung/berita/624695321745a/memahami-komitmen-pengertian-tujuan-dan-contohnya>
- Juffrie M, Helmyati S, Hakimi M. Nutritional anemia in Indonesia children and adolescents: Diagnostic reliability for appropriate management. *Asia Pac J Clin Nutr.* 29(1):18-31. doi:10.6133/ APJCN.202012\_29(S1).
- Lada, C.O., Batubara, J.R., Bardosono, S., Irawati, A., Salimar. 2019. Comparing the anthropometric measurements of intra-extra uterine period between stunting and non-stunting children aged 6-24 months old in Bogor Tengah Subdistrict, Bogor City, West Java. *World Nutrition Journal* 3(1):1-7 doi:10.25220/wnj.v03.i1.0002
- Lipoeto NI, Masrul, Nindrea RD. Nutritional contributors to maternal anemia in Indonesia: Chronic energy deficiency and micronutrients. *Asia Pac J Clin Nutr.* 29 91): 9-17. doi:10.6133/APJCN.202012\_29(S1).
- Miller, J., Ritchie, B., Tran, C., Beggs, S., Lada, C.O., Whetter, K., Cobiac, L. 2013. Seasonal variation in the nutritional status of children aged 6 to 60 months in a resettlement village in West Timor. *Asia Pac J Clin Nutr.* 22 (3): 449-56 doi:10.6133/apjcn. 2013.22.3.10.
- Nenogasu YD, Manongga SP, Lada CO, Lalel HJD, Data FU.2010. The Nutritional Status of Young Pregnant Women and the Health of Newborns Affects the Growth of Children 6-24 Months in Kupang. *EAS Journal of Nursing and Midwifery* 2(6):338-343. doi:10.36349/easjnm.2020.v02i06.002
- (Riskesmas) Riset Kesehatan dasar. 2018 Dalam Angka, Indonesia II. [www.litbang.depkes.go.id](http://www.litbang.depkes.go.id)
- Soliman, A.T., de Sanctis, V., Kalra, S. 2014. Anemia and Growth. *Indian J Endocrinol Metab.* 18 :1-5. doi:10.4103/2230- 8210.145038
- Sukmawati, Hermayanti Y, Nurhakim F, Amira I, Mediani HS. 2021. Edukasi Pada Ibu Hamil, Keluarga dan Kader Posyandu tentang Pencegahan Stunting. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat* 10(4):330-335. DOI: 10.24198/dharmakarya.v10i4.33400